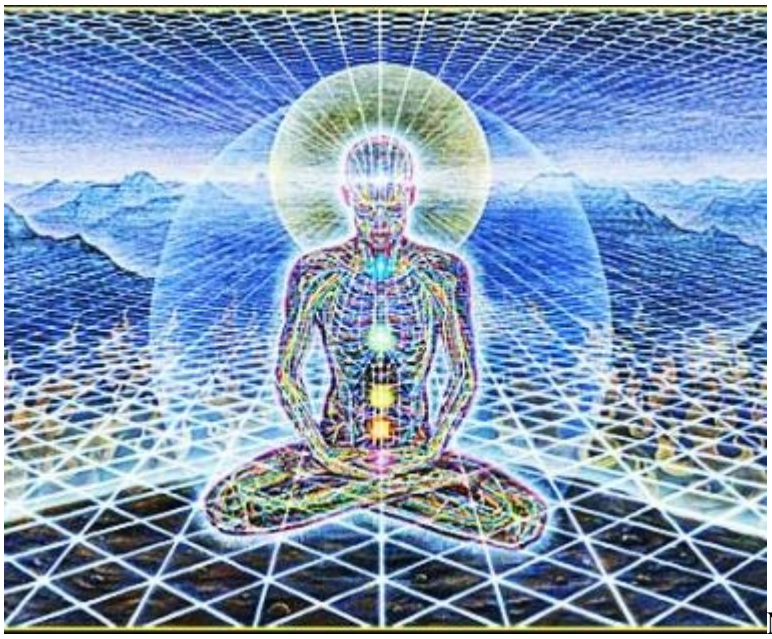
Cum sa ne modelam (ardem) Karma

- Karma si efectul de bumerang -

Joi, Mai 6, 2010
de Camelia Patrascanu



Nu putini sunt cei care se infioara cand aud acest cuvant ce sugereaza multora implacabilul, fatalitatea. Dar stau lucrurile chiar asa? Este karma de vina pentru ceea ce ni se intampla? Sunt toate situatiile din viata noastra cu adevarat de neinlaturat? Este modelabila consecinta deciziilor din trecut? Putem schimba viitorul chiar daca efectul unor actiuni este deja pe drum spre noi?

Karma este tradata de schemele repetitive

Preluata din spiritualitatea indiana, *karma* desemneaza conceptul repetitiei si determinarii vietii cu scopul arderii/vindecarii tuturor limitarilor si obstacolelor in calea desavarsirii prin spiritualizare. Reprezinta legea cauzalitatii, viata actuala ca efect al vietilor anterioare ori un eveniment curent ca rezultat/efect al actiunilor trecute. Acest efect ori rezultat pare sa fie de neinlaturat. De aici teama de orice situatie sau intalnire ce ar putea sugera ca este karmica si prin asta ca ar fi impacabila si coercitiva.

Si in cultura noastra exista referiri la acest concept, sau aceasta abordare ciclica, determinista: culegi ce ai semanat, un rau nu vine niciodata singur (sugerand o legatura intre evenimentul trecut si cel de acum produs prin atragere/rezonanta), cine se aseamana se aduna (se atrag); daca s-a intamplat o data se va intampla si a doua oara etc.

Karma indica un eveniment-consecinta, o situatie creata ca urmare a unui gest anterior. Indica o stare ca urmare a unei stari anterioare.

Niciodata situatia karmica nu este independenta, de sine statatoare. Ea mereu are o legatura inainte creata. Ea indica un tipar, o reteta. De aceea este foarte usor sa-ti dai seama care este elementul ce genereaza situatiile sau intalnirile karmice (ori atitudinile si gesturile karmice – nascatoare de consecinte repetitive, prin care vei atrage mai departe aceleasi persoane si acelasi tip de probleme).

Mai greu este sa renunti la acel element. Sa il scoti din mintea sau din inima ta. *Adica sa incepi sa gandesti si sa simti altfel* ***ca sa*** *ajungi la alt rezultat.* Sa gandesti altfel despre relatie si viata conjugala ca sa atragi partenerul potrivit si nu pe cel cu care inevitabil te vei afla in acelasi punct. Sa gandesti si sa simti altfel decat parintii tai (in situatii asemanatoare de viata) ca sa ai o alta viata conjugala decat au avut ei. Sa incepi sa privesti altfel cariera ta pentru a creea alte oportunitati decat cele cu care te-ai obisnuit si pe care nu le-ai putut fructifica. Sa gandesti si sa simti altfel despre starea ta corporala ca sa ai alte sanse de vindecare si sa iti compui alte obiceiuri de viata, mai sanatoase.

Karma reprezinta rezultatul, consecinta. Adevarul este ca are o componenta fatalista, implacabila: orice gest creeaza o consecinta. Consecinta nu poate fi anulata. Dar poate fi schimbat:

a) gestul-cauza – si astfel obtinem un alt rezultat, pe care il putem controla

b) impactul consecintei, felul in care ne atinge rezultatul alegerilor de pana acum

Deci, putem schimba destul de mult felul in care evolueaza viata noastra!!!

Karma = obligatie, pedeapsa

De ceva vreme m-am prins ca ideea de karma este inteleasa de unele persoane ca *pedeapsa*. I-am auzit pe cei ce se considera nefericiti in cuplu, de exemplu, ca sunt totusi dispusi sa indure mai departe neajunsurile conjugale daca partenerul este unul *karmic.* Adica unul de care nu scapi orice ai face. Daca tot nu scapi atunci la ce bun sa te mai straduiesti sa pleci ori sa cauti in alta parte. Mi s-a parut chiar ca asteptau vestea unui mariaj karmic cu reala usurare. Adica nu sunt ei de vina ci karma, partenera/ul e ok, ei sunt ok, numai karma e de vina. Adica se explica nemultumirile – relatia e karmica, deci obligatorie, deci n-are cum sa fie mereu placuta ca altfel nu mai e pedeapsa.

Of, of, of, ma vad obligata sa subliniez: Karma **NU** e o pedeapsa. Este un recul. Un efect de bumerang. Daca azi m-am rastit la vecinul care a parcat pe locul meu, maine cineva va tipa la mine cand ma va prinde pe rosu pe trecerea de pietoni. Sau imi voi gasi la serviciu locul de parcare ocupat trebuind sa depasesc situatia mai elegant, adaptandu-ma. Aici solutiile sunt la discretie: pot sa ma interesez al cui este vehiculul si negociez solutiile sau imi caut un loc de parcare fara sentimentul ca lumea profita de mine – asta daca vreau sa nu creez si mai departe scenarii in care sunt lasat pe afara.

Daca renunt sa mai privesc situatiile karmice ca find pedepse obligatorii atunci ma voi obisnui mai repede cu ideea ca este normal ca alegerile din trecut sa creeze rezultate in viata mea. Si ca aceste rezultate nu reprezinta vointa cuiva, ci o manifestare a legilor vietii. Daca, de exemplu, ma casatoresc fara sa iubesc, e destul de firesc ca peste 10 ani de mariaj sa fiu nefericita ca nu am viata conjugala pe care o doresc. Chiar daca acum 10 ani abia asteptam sa scap de parinti. Asta n-a fost suficient sa ma faca sa iubesc. Dar reculul uscaciunii afective nu este implacabil, cu toate ca efectul de bumerang exista. Dar mereu este cineva care decide cum il prinde si incotro il arunca a doua oara. EU. Nu convingerile mele, nu nemultumirile sau furiile mele, nu rusinea sau regretele mele ci EU decid cum ma pozitionez fata de rezultatul alegerilor mele. Pot sa stau acolo inerta sau pot sa imi schimb pozitia astfel incat consecintele (cu care trebuie sa ma confrunt) sa fie pozitive sau minim negative, sa lucreze in favoarea mea in cele din urma.

Mereu putem decide ce facem cu efectul alegerilor noastre. Efect ce nu poate fi negat sau eludat.

Vulpea, Micul Print si crearea karmei

Daca ati citit superba poveste “Micul Print” scrisa de Antoine de Saint-Exupery ati putut afla despre prietenia dintre Print si Vulpe.

Micul Print intalneste o Vulpe. Simtindu-se singur ii cere acesteia sa se joace cu el. Insa Vulpea il refuza spunandu-i ca nu poate sa ii tina companie deoarece nu este imblanzita. Curios, Printul intreaba ce inseamna “a imblanzi”. Raspunsul ei poate fi considerat punctul de plecare in creearea unei karme.

A imblanzi inseamna “a-ti crea legaturi”. Tu nu esti inca pentru mine decat un baietas, aidoma cu o suta de mii de alti baietasi. Iar eu nu am nevoie de tine. Si nici tu n-ai nevoie de mine. Eu nu sunt pentru tine decat o vulpe, aidoma cu o suta de mii de alte vulpi.

Dar daca tu ma imblanzesti, vom avea nevoie unul de altul. Tu vei fi, pentru mine, fara seaman pe lume. Eu voi fi, pentru tine, fara seaman pe lume … Daca tu ma imblanzesti, viata mi se va insenina.
Voi cunoaste sunetul unor pasi deosebiti de-al tuturora. Pasii altora ma fac sa intru sub pamant. Al tau ma va chema din vizuina, ca o melodie. Si-apoi, priveste! Vezi tu, acolo, lanurile de grau? Ele nu-mi aduc aminte de nimic. Si asta-i trist! Tu ai insa parul de culoarea aurului. Va fi, de aceea, minunat, cand tu ma vei fi imblanzit! Graul, auriu si el, imi va aminti de tine. Si-mi va fi nespus de draga murmurarea vantului prin grau … Te rog … imblanzeste-ma!!

Nu cunoastem decat ceea ce imblanzim – zise vulpea. Oamenii nu mai au timp sa cunoasca nimic. Ei cumpara lucruri de gata, de la negutatori. Cum insa nu exista negutatori de prieteni, oamenii nu mai au prieteni. Daca vrei sa ai un prieten, imblanzeste-ma!

Trebuie sa ai foarte multa rabdare. La inceput, te vei aseza ceva mai departe de mine, uite-asa, in iarba. Eu te voi privi cu coada ochiului, iar tu nu vei rosti nici un cuvant. Graiul e izvor de neintelegeri. Insa vei putea, pe zi ce trece, sa te asezi din ce in ce mai aproape de mine …

Iata care-i taina mea. E foarte simpla: limpede nu vezi decat cu inima. Ochii nu pot sa patrunda-n miezul lucrurilor. Oamenii au dat uitarii adevarul acesta, tu insa nu trebuie sa-l uiti. Devii raspunzator de-a pururi pentru ceea ce ai imblanzit.

Prima conditie pentru a crea karma este nasterea unei legaturi.

Intotdeauna m-a emotionat pasajul imblanzirii Vulpei….

Deci, prima conditie pentru a crea karma este nasterea unei legaturi. Legatura a inceput cand Vulpea a dat semnificatie graului pornind de la culoarea aurie a parului Printului.

Cand dam semnificatii lucrurilor, cand le privim intr-o anumita lumina cautandu-le un anumit inteles, inseamna ca am creat o legatura. Cand lucrurile devin evocatoare inseamna ca le-am retinut si ca ne trezesc sentimente, ne orienteaza valoarea altor lucruri, ne fac sa selectam realitatea, sa dam anumite semnificatii oamenilor si intamplarilor. Aceasta semnificatie este extrem de subiectiva si nici nu are cum sa fie altfel. Pentru ca este vorba de felul in care ne emotioneaza si de felul in care ne reprezentam noi realitatea.

Din momentul crearii unei legaturi evenimentele si oamenii se tes intr-un scenariu care se construieste in jurul acestei legaturi. De aceea, daca legatura se rupe, intregul film si intreaga

realitatea virtuala dispar deodata. **Cand o relatie karmica este vindecata, aproape ca uitam trecutul ce pana atunci era atat de important si plin de semnificatii dar anulam si tot viitorul care ar fi trebuit sa urmeze pe firul acelei legaturi.** Sa ne reamintim: vindecarea relatiei vine prin renuntarea la gandurile/sentimentele care ne-au creat legatura.

Deci, orice karma incepe (acum sau intr-o existenta anterioara) prin crearea unei legaturi. Sentimentele noastre ne conecteaza la elementele fata de care traim acele sentimente. Indiferent ca ele sunt pozitive sau negative. **Gandurile si rationamentele, covingerile si principiile care ne ghideaza in viata ne leaga de o anumita realitate ce raspunde acelor ganduri si astfel viata noastra devine replica fidela a acelor ganduri, dand nastere unor tipare, unor programe de viata, unei karme.** Aceste legaturi nu dispar intotdeauna odata cu noi. Ele raman in campul energetic al spatiului pe care l-am ocupat fizic, cat am fost in viata. Si pot fi preluate, prin rezonanta, dupa ce murim, de persoane care se trezesc cu o anumita inlantuire a evenimentelor in viata lor, mai mult sau mai putin bizara. Asa cum si noi am putut avea parte de evenimente care nu erau in totalitate generate de noi, dar au fost atrase in campul nostru prin anumite legaturi pe care le-am intretinut, printr-o anumita compozitie a gandurilor si sentimentelor noastre.

Modelarea karmei

Cand facem o alegere am pornit deja pe drumul karmei. Pe drumul consecintelor. Si acest lucru nu poate fi oprit. Aceasta este o lege universala si trebuie sa invatam sa lucram cu ea.

Cand spun alegere nu va ganditi doar la decizii. Alegeri sunt si convingerile dupa care ne ghidam in viata. Rationamentele pe care le imbratisam ne fac sa actionam in virtutea unor idei, a unor principii si prejudecati. Acestea ne imping la decizii ce conduc la consecinte. **Deci gandurile si sentimentele noastre sunt si ele karmice – conduc la consecinte dar si repeta un anumit tipar, o anumita reteta. Predilectia pentru anumite rationamente si sentimente dicteaza si ele anumite rezultate cu care ne vom confrunta.**

Prima modelare a karmei incepe **prin schimbarea gandurilor si sentimentelor cauza**, a celor care ne dicteaza reactii cu al caror recul ne vom confrunta. Modelandu-ne gandirea vom putea obtine un alt rezultat.

Schimbarea gandurilor si a sentimentelor cauza

Exemplu:

Daca am convingerea ca oamenii sunt profitori si nu lasa sa le scape nici o ocazie de a castiga, voi crea situatii care imi vor intari aceasta convingere in care pun atat de multa forta si sentiment. Cand viata imi va confirma viziunea, voi putea crede ca sufar de o karma relationala proasta, pentru ca mereu cineva vrea sa ma speculeze. Inclinatia spre aceasta convingerea poate ca vine dintr-un colt al sufletului care se teme de a fi folosit. Dar in mare parte vine din ideea pe care am imbratisat-o – ca oamenii sunt profitori lipsiti de scrupule! Renuntarea la aceasta convingere care ma tine prizoniera intr-un tipar relational negativ imi va aduce sansa unor intalniri mai fericite. Asta nu inseamna ca unele persoane nu sunt speculante dar **ma eliberez de convingerea ca eu sunt condamnata ca toata lumea sa ma speculeze.** Renuntarea la acest gand ma elibereaza de consecintele neplacute – arde karma de a ma simti folosita. Chiar daca un numit destin croit inainte de nastere ma impinge spre speculatorii financiari sau sentimentali, renuntarea la ideea ca sunt victima lor va produce o mutatie in scriptul destinului meu.

***

Schimbarea constiintei autorului

A doua modelare a karmei este posibila prin **schimbarea constiintei autorului**. Daca reculul unui gest este implacabil, impactul, greutatea, lovitura simtita de consecinta gestului sunt modelabile.

Daca in urma unei indiscretii comise persoana discreditata ma repudiaza, va trebui sa accept consecinta nepolitetei sau neloialitatii mele. Dar felul in care primesc aceasta consecinta depinde de mine – furie, nemultumire, rusine, constientizare, umor, smerenie, curaj, demnitate etc. Modul in care aleg sa ma las impactata de consecinta gestului meu poate arde karma. ***Constientizarea plina de smerenie, curajul si demnitatea de a-mi recunoaste vina, libertatea pe care o las victimei de a actiona cum crede de cuviinta, ma fac sa fiu o alta persoana decat cea care a actionat egoist si imprudent. Fiind o alta persoana consecinta nu ma va gasi la locul de intoarcere.***

Efectele se intorc pe directia actiunii, lovind autorul. Intre mine si gestul din acel timp sau intre mine si atitudinea/gandul/sentimentul din acel timp se creeaza un cordon energetic. Dar daca eu m-am schimbat si nu mai sunt autorul, emitatorul de odinioara … atunci intoarcerea consecintei nu va mai gasi vechea persoana in locul de emitere si nu va mai produce pagubele asteptate.

De exemplu, daca realizez ca tata imi cerea performanta, (lipsindu-ma de tandretea sa) deoarece a fost toata viata terifiat la gandul ca moare inainte de a ma vedea realizata, sentimentele mele nu mai sunt cele de furie si nemultumire ci de iubire si intelegere. Ca urmare, cand voi fi din nou criticata pentru performante si impulsonata sa imi depasesc limitele nu ma voi mai revolta. Pentru ca intelegerea si constientizarea, empatia si duiosia m-au facut o alta persoana. Una mai blanda si umana, mai profunda. De aceea vad lucrurile dincolo de aparente. **Iar aceasta schimbare face ca reprosurile sa nu ma atinga asa cum ma raneau vechile mele sentimente si convingeri. Astfel, natura relatiei se schimba, tiparul unei legaturi se modeleaza.**

Arderea karmei

Imi place aceasta expresie. Unii dintre voi poate ati mai intalnit-o. Intr-o vreme literatura spirituala si ezoterica facea mare caz de acest lucru: arderea karmei, anularea consecintelor. De fapt nu este vorba de a anula ceva ce functioneaza in virtutea legilor divine ci de a asimila instantaneu intregul set de consecinte pana la radacina tuturor cauzelor – Dumnezeu. Toate consecintele, toate bumerangurile, se intorc la sursa.

Ruperea lantului karmic prin spiritualizarea gandurilor si emotiilor – indumnezeirea fiintei

De aceea arderea karmei si anularea efectelor alegerilor noastre poate fi posibila numai prin intoarcere la natura noastra divina.

Dar pana atunci sau in timp ce facem asta merita sa privim inca o data legaturile care ne-au creat tiparul repetitiv.

O femeie imi spunea candva ca este gata sa ramana cu sotul ei alcoolic daca asa ii este scris, daca relatia este karmica. Cand i-am spus ca totul este karmic pentru ca totul se produce ca urmare a unor cauze, a ramas descumpanita. Iar cand am adaugat ca relatia cu sotul nu este si n-a fost atat de karmica pe cat crede ea, a fost cu adevarat desnadajduita.

Chiar daca viata cauta insistent sa ne puna fata-n-fata cu o anumita persoana pe care nu o putem evita, face asta cu un scop. Care dupa ce a fost atins duce la desfacerea legaturii. Doar daca noi vrem s-o mentinem atunci ea poate continua. **Blocarea intr-o relatie disfuntionala nu este semnul unui blestem conjugal cat al neintelegerii adevaratului rost al intalnirii. Trebuie sa intelegem ca Viata nu urmareste sa intalnim persoane imposibile care ne fac viata un iad. Nimeni nu are atat umor negru, cu atat mai putin Universul pe care multi il suspectam de o fabuloasa inteligenta si de o nobila maretie. Deci chinul e pe socoteala noastra! Intotdeauna trebuie sa ne intrebam care este legatura pe care am creat-o cu situatia ce se tot repeta sau de care nu ne putem rupe. Ce ganduri, sentimente, ce mod de-a reactiona ne imping spre acel rezultat.**

Chiar si cand o boala persista in corpul nostru putem spune ca am creat o legatura cu un anumit tip de suferinta, legatura ce trebuie taiata, rezolvata. Altfel…. vindecarea, daca se produce, nu va fi deplina, boala revenind.

Concluzie

Karma reprezinta bucla ce aduce mereu in viata noastra situatii ce ne sesizeaza o anumita legatura de care trebuie sa ne eliberam.

Relatiile karmice nu indica obligatia sau pedeapsa de a suporta o anumita persoana ci insemnatatea unei lectii. Neintelegerea lectiei impune repetarea testului.

Dar rolul experientei nu este de a ne face sa dam mereu examenul, chiar daca l-am luat, ci de a ne face constienti de valoarea experientei si de a ne asuma reusita trecand mai departe.

de Camelia Patrascanu
www.horoscoptv.ro

http://www.horoscoptv.ro/blog/2010/05/cum-sa-ne-modelam-si-sa-ne-ardem-karma/